



Katrin Kroll
Vorständin bei
IGNIS

„Ich freue mich, dass wir jetzt bei IGNIS auch Selbsterfahrungstage anbieten. Gott hat immer Überraschungen, Unterstützungsideen und Herausforderungen für uns. Lassen wir uns einladen, mitten in den Herausforderungen unseres Lebens, innezuhalten und uns neu zu Orientieren.“

Selbsterfahrung als Reflexionsraum zur Entlastung und Entwicklung

Jesus stieg immer wieder auf einen Berg, um Abstand vom anstrengenden Alltag zu bekommen, neue Kraft zu schöpfen und Gemeinschaft mit seinem Vater zu haben.

Auch wir brauchen solche Berg - Begegnungen mit unserm himmlischen Vater. Wir wollen auf kreative Art Jesus begegnen und uns von Ihm leiten lassen.

Die von Gott geschenkte Kreativität ist eine Kraft, die uns Situationen bewältigen lässt und Veränderungen möglich macht. Innere Ressourcen wollen wir entdecken und mögliche Blockaden lösen.

Erhalten Sie die Möglichkeit,

- **Abstand vom Alltag zu bekommen**
- **Kraft zu schöpfen**
- **Gepäck abzuladen**
- **Klarheit zu gewinnen**

Nimm Dir Zeit und lass Dich von deinen liebenden Vater beschenken.

IGNIS Akademie
Glaube. Psychologie. Leben
Kanzler Stürtzel-Str. 2 · 97318 Kitzingen
Tel. +49 (0)9321 1330-0
info@ignis.de · www.ignis.de

Wir glauben, dass mit Gottes Hilfe Leben besser gelingt.
Und wir glauben, dass mit psychologischer Reflexion
Glauben besser gelingt.

Seit mehr als 30 Jahren arbeiten wir mit Begeisterung
und fachlich fundiert an einer fruchtbaren Verbindung
von Glaube und Psychologie. Unsere Erfahrung geben
wir an alle weiter, die beruflich oder ehrenamtlich für
Menschen da sein wollen.



Monika
Neumann,
Seminarleiterin

„Es macht mir Freude Menschen auf kreative Art auf Ihren Wegen zu begleiten. Durch manche Herausforderungen finden wir unsere Identität und Berufung. Das Leben und die Liebe darf Spaß machen. Es ist schön zu sehen, wie sich die Lebensqualität steigert und die Menschen sich lebendig fühlen.“

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!

Anmeldung an: Annette Soldan
Tel. 09321 – 1330-44 (vormittags)
annette.soldan@ignis.de

Kitzingen
19.11.2022

Ermutigung.
Lebenslust.
Auftanken.

Leichter durch die dunkle
Jahreszeit

SELBSTERFAHRUNGSTAG



Körperlich und seelisch Fit durch die Herbst- und Wintermonate!

Gemeinsam wollen wir an diesem Tag lernen mit der dunklen Jahreszeit und unseren Stimmungen und Emotionen umzugehen.

Verschiedenen Erfahrungsformen werden helfen, eine neue Haltung einzunehmen und gelassener in diese Zeit zu gehen.

Der Kurs richtet sich an Menschen....

- ▶ die depressiven Verstimmungen im Winter vorbeugen wollen
- ▶ die Entspannung und Achtsamkeit suchen
- ▶ die lernen wollen, Emotionen zu steuern
- ▶ die gerne kreative Elemente kennen lernen wollen für ihre therapeutische Arbeit

„Jede Jahreszeit hat ihren Reiz. Entdecke den Winter für Dich ganz neu. Wage und gestalte diese Zeit bewusst und entdecke ihren Reichtum.“

Der Seminartag

Am Seminartag wird Monika Neumann Sie mit Impulsen und kreativen Methoden anleiten, sich selbst zu reflektieren.

Wir wollen uns gemeinsam unseren Themen mit Herbst und Winter stellen und voneinander partizipieren.

Dabei wird genügend Raum sein, unsere Wahrnehmung zu schulen und Kraft zu schöpfen.

Schritt für Schritt verändern wir unseren Blick auf die Phasen der Natur und entdecken unsere Gestaltungsmöglichkeiten.

Ziel ist es, gestärkt und mutig in den Winter zu gehen.

Holen Sie sich die Sonne in Ihr Herz!

- ▶ Quelle der eigenen Emotionen verstehen
- ▶ Selbstfürsorge lernen
- ▶ Achtsamkeit und Entspannung ausprobieren
- ▶ Dankbarkeit und Freude zu verankern
- ▶ Neue Gebiete erschließen

Die Kursleiterin

Monika Neumann ist Psychotherapeutin (HPG), Therapeutische Seelsorgerin (TS), Supervisorin (ISC) und Individualpsychologischer Coach (Coachingplus).

„Ich lebe und arbeite freiberuflich mit eigener Praxis in Herrieden bei Ansbach. Als Therapeutin begleite ich Menschen seit 10 Jahren auf Ihren Wegen. Dabei schlägt mein Herz besonders für Persönlichkeitsentwicklung, Identität und Berufung. Ebenso bringe ich mein Fachwissen aus der Psychoonkologie, Palliativ und Trauerverarbeitung mit ein. Schicksalsschläge (Tod, Krankheit, Depressionen und Scheidungen) reißen jeden von uns aus der Normalität. Vertrauen ins Leben und in die eigenen Stärken und Ressourcen zu finden, ist mein Anliegen.“

Melden Sie sich an...

...und falls noch Fragen offen sind: Unsere Verwaltung hilft Ihnen gerne weiter. (Adresse siehe Rückseite)

Das Wichtigste in Kürze

- ▶ **Selbsterfahrungstag,**
Neue Impulse für das eigene Leben
- ▶ **Erfahrene Therapeutin und Seminarleiterin,**
Unterstützung für eigene Prozesse
- ▶ **Seminartag, 19.11.2022,**
Samstag, 09:00 – 17:00 Uhr
- ▶ **Ort:** IGNIS-Akademie,
Kanzler-Stürtzel-Str. 2, 97318 Kitzingen
- ▶ **Kosten:** 85.- €
10% Frühbucherrabatt bis 30.09.2022

Anmeldung

„Ermutigung, Lebenslust, Auftanken“

Bitte an Annette Soldan schicken oder mailen

Ich akzeptiere die allgemeinen Geschäftsbedingungen der IGNIS Akademie (www.ignis.de/agb) und stimme der Nutzung meiner Daten nach den Vorgaben der DSGVO zu.